



ΟΚΤΩΒΡΙΟΣ

| Δευτέρα | Τρίτη | Τετάρτη | Πέμπτη | Παρασκευή | Σάββατο | Κυριακή |
|--|-------------------------------------|---|--|--|---------|---------|
| | | | | 1 ΑΡΓΙΑ | 2 | 3 |
| 4 Παστίσιο | 5 Ντολμάδες | 6 Λουβί με ζόνο, αγγουράκι και ντομάτα | 7 Ψάρι πλακί στο φούρνο με πατάτες | 8 Μπιζέλια με πατάτες και καρότο | 9 | 10 |
| 11 Κοτόπουλο στο φούρνο με πατάτες | 12 Κεφτέδες με πουρζούρι | 13 Ρεβύθια με σπανάκι | 14 Ψάρι με κοφτό μακαρονάκι | 15 Φασολάδα ριαχί | 16 | 17 |
| 18 Κοτόπουλο κάρυ με ρύζι | 19 Χοιρινό ρόστο με κριθαράκι | 20 Φακές με λαχανικά | 21 Ψάρι πανέ με πατάτες wedges | 22 Μπριάμ | 23 | 24 |
| 25 Γιοβέτσι (με κοτόπουλο) | 26 Σουτζουκάκια με ρύζι | 27 Κοχυλάκι με διάφορα ζυριά και δυόσμο | 28 ΑΡΓΙΑ | 29 Λουβί κοκκινιστό | 30 | 31 |